

	Tirada: <b>653.229</b> Difusión: <b>475.553</b> (O.J.D) Audiencia: <b>1.664.435</b>	Sección: - Espacio (Cm_2): <b>468</b> Ocupación (%): <b>100%</b> Valor (€): <b>7.573,00</b> Valor Pág. (€): <b>7.573,00</b> Página: <b>8</b>	
	Nacional Suplem. Semanal Semanal	<b>18/12/2010</b>	Imagen: <b>Si</b>

## FLEXIÓN Y REFLEXIÓN

**Gaspar Hernández.** Periodista y escritor. Dirige y presenta 'L'ofici de viure', en Catalunya Ràdio, cuya versión televisiva, 'Bricolatge emocional', emitió TV-3. También publica artículos sobre temas de psicología y es autor de 'El oficio de vivir bien' y de la novela 'El silencio'.



# Inconsciente **muy colectivo**

## GASPAR HERNÁNDEZ

Los investigadores de la Universidad de Harvard Nicholas Christakis y James Fowler descubrieron, basándose en el seguimiento de tres generaciones de ciudadanos de Massachusetts (a partir del mayor estudio sobre el corazón en EEUU: 5.000 personas y 51.000 conexiones sociales con familiares, amigos y compañeros de trabajo), que cuando una persona engordaba, empezaba a fumar o enfermaba, los familiares y amigos cercanos tenían un 50% más de probabilidades de actuar del mismo modo. Hasta aquí los datos no nos sorprenden demasiado. Las conductas son contagiosas. Si nuestro entorno tiene malos hábitos, es posible y probable que nosotros también los tengamos.

Pero, como afirma el médico Deepak Chopra en el reciente libro *Luz en la sombra* (Urano), el segundo descubrimiento de Christakis y Fowler fue más misterioso: que las conexiones sociales pueden saltarse un vínculo. Si la persona A está obesa y conoce a la persona B, que no lo está, una amiga de la B tiene el 20% más de probabilidades de ser obesa, y una amiga de esa amiga, un 10% más. Estos tres grados de conexión se pueden aplicar a los há-

bitos: dejar de fumar, por ejemplo, o la tendencia a la soledad.

Según Chopra, los hallazgos de Christakis y Fowler sugieren que existen conexiones invisibles en toda la sociedad. Jung, ya hace muchos años, lo denominó inconsciente colectivo. El médico norteamericano se pregunta: «¿Descubrió Jung los conectores invisibles mucho antes de que surgieran los datos para confirmar su teoría?». Y él mismo responde: «En realidad, esta es una pregunta secundaria, lo que realmente importa es: ¿qué tipo de conexiones pueden existir de forma invisible, sin que las personas hablen entre ellas, observen sus conductas o ni tan siquiera conozcan su mutua existencia?».

La misma conexión que permitió que las modas se instalasen a una velocidad de vértigo en diferentes partes del mundo (antes de que se inventase la televisión), o que unos gemelos a miles de kilómetros de distancia de pronto sepan lo que le está sucediendo al otro. Estos conectores invisibles son los que manifiestan, según Chopra, el inconsciente colectivo en muchas áreas de la vida.

Y, sin embargo, vivimos como si el inconsciente colectivo fuese cosa de alta psicología. Como si los jugadores de un equipo solo notasen el empuje de la afición cuando están

**El día que descubramos que no somos entes separados, quizá empecemos a sentir compasión con mayúsculas**

en el campo, jugando, y la tienen a su alrededor. Tal y como afirma Chopra, durante mucho tiempo el concepto de inconsciente colectivo se ha considerado una teoría curiosa de la que no había demasiadas pruebas. Pero, durante los últimos años, bastantes pruebas científicas en esta dirección están saliendo a la luz.

Chopra y los coautores del libro, Debbie Ford y Marianne Williamson, vienen a decir que el día que descubramos –sin necesidad de creer en Dios– que la conciencia va más allá de nuestro limitado ego, que excede a la mente humana, y que no somos entes separados, quizá empecemos a sentir compasión con mayúsculas. Aunque sea por puro egoísmo. Lo que demos al otro nos lo estaremos dando, y lo que le quitamos nos lo estaremos quitando. Y lo mismo sucederá con la violencia.

Igual que el ecosistema está interconectado, nuestras conductas individuales nos afectan a todos. Ya que por la vía de la religión no nos ha quedado claro, la ciencia se está dedicando a ello. A ver si tiene más suerte y cosecha mejores resultados.

Envíe sus comentarios y sugerencias al correo electrónico: [reflexion@elperiodico.com](mailto:reflexion@elperiodico.com)

